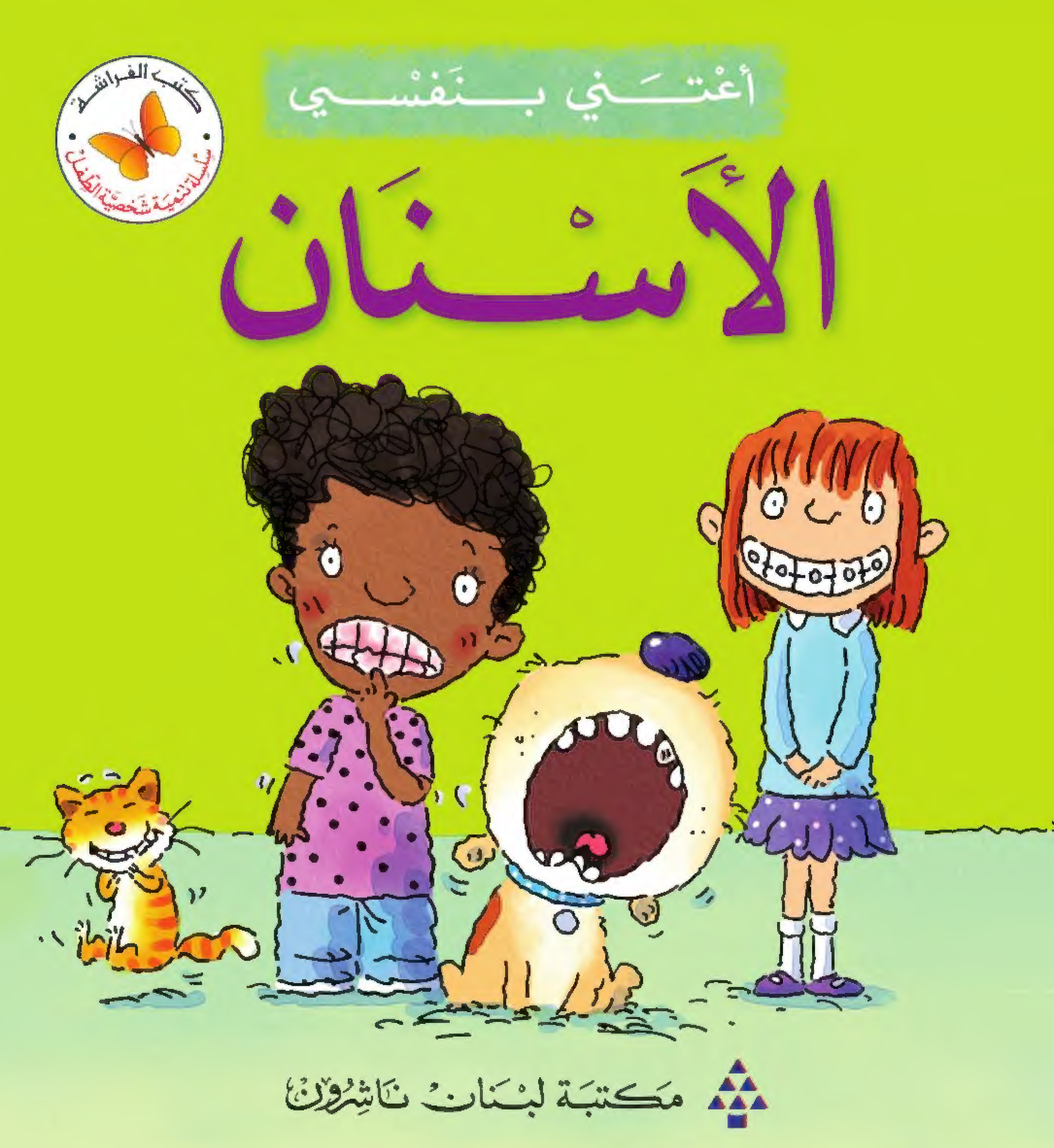
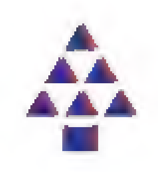


كتب الفراشة
سلسلة تنمية شخصيّة الطفل
أعْتَني بنَفْسي
الأَسْنان
مكتبة لبنان ناشرون

أَعْتَنِي بِنَفْسِي

الأَسْنَان





مَكتَبة لبنان نَاشِرون

مراحل القراءة المُتدرِّجة

القراءة المُتدرِّجة برنامج قراءة من ستّ مراحل يتدرَّج بعناية مع أبنائنا وبناتنا من مرحلة ما قبل المدرسة، أي مرحلة ما قبل البدء بالقراءة، إلى مرحلة الصفّ السادس، أي مرحلة القراءة المتمكّنة. يشتمل هذا البرنامج على كتب قصصية وغير قصصيّة تغطّي نطاقًا واسعًا من موضوعات مصمَّمة لتطوير مهارات القراءة الأساسيّة وتوسيع المدارك والمعارف. إنَّ تكرار المفردات الأساسيّة، في هذا البرنامج، يقع ضمن مخطَّط لتعويد الطفل النطقَ الصحيحَ وترسيخ المعنى في الذِّهن. في كلّ مرحلة من المراحل نقدّم لأبنائنا وبناتنا حكايات ومعلومات تتدرّج، مرحلة بعد مرحلة، من عبارات بسيطة ومفردات أساسيّة وموضوعات قريبة إلى ذهن الطفل، إلى مفردات وتراكيب متنامية وموضوعات تنمّي فيه المهارة الذهنيّة وقوّة التجريد وتمكّنه، في نهاية الأمر، من التحكُّم بأنواع التراكيب المختلفة في اللغة العربيّة ومفرداتها وأساليبها. كتب هذا البرنامج حافلة بالرسوم البهيجة المشوِّقة التي تستثير الخيال وتبعث على التفكير. إنّه برنامج مثاليّ للصفوف التمهيديّة والابتدائيّة، ومثاليّ لمتعة المطالعة المنزليّة أيضًا.

- ١ ما قبل القراءة (KGI & II)
- ٢ البدء بالقراءة (الأوّل والثاني)
- ٣ البدء بالقراءة المستقلّة (الثاني والثالث)
- ٤ القراءة المستقلّة (الثالث والرابع)
- ٥ القراءة بيُسْر (الرابع والخامس)
- ٦ القراءة المتمكّنة (الخامس والسادس)

مَكتَبة لبنان نَاشِرُون
صُندُوق البَريد: 11-9232
بَيروت - لبنان
وُكَلاء وَمُوَزِّعون في جَميع أنحاء العَالَم
الطبعَة الأولى: 2011
طُبع في لبنان



Written by **Liz Gogerly**
Illustrated by **Mike Gordon**

ISBN 978-9953-86-821-9

أعتني بنفسي

الأَسْنَان



إعداد دائِرة التَّرجَمة وَالنَّشر
في مَكتبَة لبنَان ناشِرُون

مكتبة لبنان ناشِرُون

أُحِبُّ كَلْبي كوكو.
كُنْتُ دائمًا أُعْطيهِ قِطَعَ
شُوكولاتةٍ وبَسْكَويتًا.





فِي أَحَدِ الأَيَّامِ تَثاءَبَ كوكو، فَرَأَيْتُ
فِي فَمِهِ شَيْئًا أَسْوَدَ.





أَخَذْنا كوكو إلى
الطَّبيبِ البَيْطَرِيِّ.
البَيْطَرِيُّ قَلَعَ السِّنَّ
المُسَوِّسَةَ!

قالَ البَيْطَرِيُّ، «لا تُطْعِموا كوكو شوكولاتةً».
وأَعْطانا فُرْشاةَ أَسْنانٍ ومَعْجونَ أَسْنانٍ لِلكِلابِ.



كوكو لم يَكُنْ يُحِبُّ أن نُنَظِّفَ له أَسْنانَهُ،
لكنْ لم نَكُنْ نُريدُ أن يَخْسَرَ أَسْنانًا أُخْرى.



كانَ يَحْتاجُ
إلى أَسْنانِهِ ليأْكُلَ،





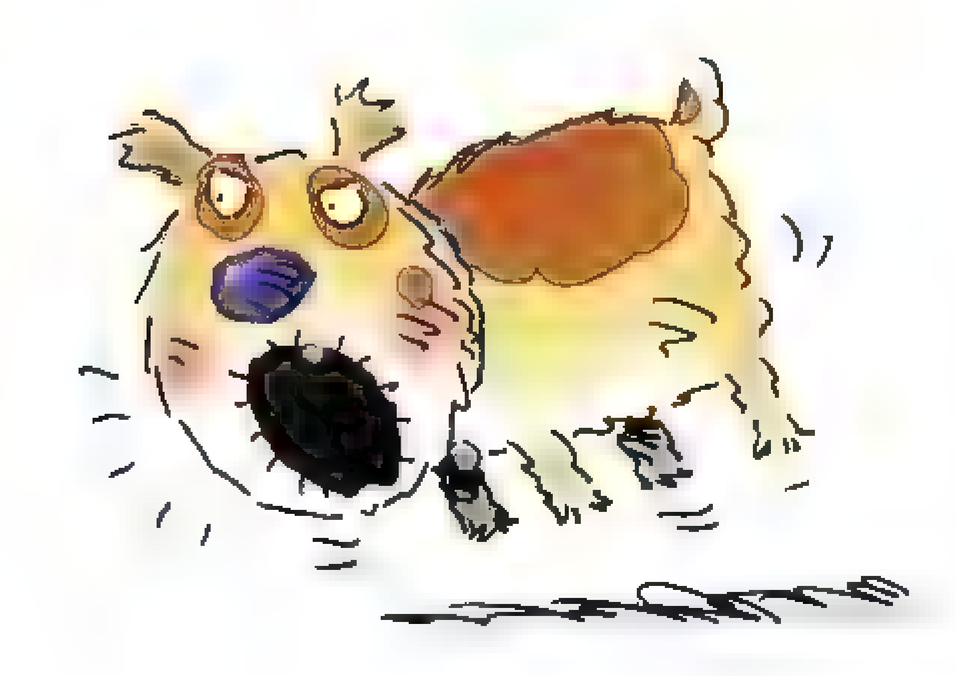


وليَعَضَّ شِبْشِبَ أَبي،



وليُخيفَ القِطَطَ!





بَدَلًا منَ الشُّوكولاتةِ صِرْنا نُعْطيهِ عِظامًا طَيِّبةً.

بعدَ وَقْتٍ قصيرٍ صارَتْ أَسْنانُهُ بَيْضاءَ ولِثَتُهُ وَرْديّةً صِحِّيّةً.



لكنْ أَسْناني أَنا،

ما بها؟



السِّنُّ الأَمامِيّةُ تَهْتَزُّ.
قَريبًا جِدًّا تَقَعُ.



ما أَرَدْتُ أن يَكونَ في
فَمي فَجْوةٌ مِثْلُ كوكو.

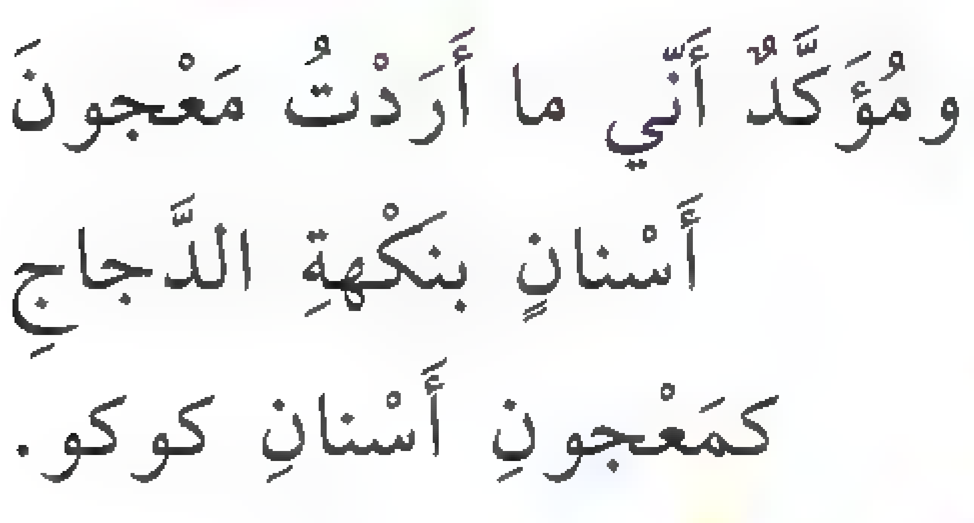




ولا أَرَدْتُ أن تُسَوِّسَ
كُلُّ أَسْناني.

ومُؤَكَّدٌ أَنّي ما أَرَدْتُ مَعْجونَ
أَسْنانٍ بنكْهةِ الدَّجاجِ
كمَعْجونِ أَسْنانِ كوكو.





قالَتْ لي أُمّي ألّا أَشْغَلَ بالي.



قالَتْ إنّ أَسْنانَ
الأَطْفالِ تَسْقُطُ
ويَحُلُّ مَحَلَّها
أَسْنانٌ دائمةٌ.

الأَسْنانُ الدّائمةُ يَنْبَغي أن تَدومَ مَعَنا طَوالَ العُمْرِ، لِذا منَ المُهِمِّ أن نَعْتَنيَ بها.



عَلَينا أن نَغْسِلَ أَسْنانَنا بمَعْجونِ
أَسْنانٍ كُلَّ صَباحٍ وقبلَ النَّوْمِ.



الطَّعامُ والشَّرابُ يَتْرُكانِ على الأَسْنانِ
طَبَقَةً بَيْضاءَ لَزِجَةً، نُسَمّيها القُلاحَ.





القُلاحُ والسُّكَّرُ يَتَسَبَّبانِ بتَسَوُّسِ الأَسْنانِ.

عِندَما نَغْسِلُ أَسْنانَنا بالفُرْشاةِ والمَعْجونِ، نُخَلِّصُها منَ القُلاحِ والسُّكَّرِ.

هذا يُساعِدُ في بَقاءِ أَسْنانِنا سَليمةً ولِثاتِنا أَيْضًا.

اِكْتَشَفْتُ أنّ الأَسْنانَ شَيْء مُدْهِشٌ.
إنّها مَكْسُوّةٌ بطَبَقَةٍ صُلْبَةٍ
نُسَمِّيها الميناءَ



عِندَنا أَيْضًا أَنْواعٌ مُخْتَلِفَةٌ من الأَسْنانِ.
عِندَنا أَنْيابٌ للتَّمْزيقِ، وقَواطِعُ لِلقَطْعِ،
وطَواحِنُ لِلمَضْغِ.



عَلَينا أن نَعْتَنيَ بِأَسْنانِنا.
العِنايةُ بالأَسْنانِ تَبْدَأُ بِاسْتِخْدامِ الفُرْشاةِ.



أُمّي تَشْتَري لي فُرْشاةً
جَديدةً كُلَّ ثَلاثَةِ أَشْهُرٍ.

وأَنا لا أَتَشارَكُ بِفُرَشِ
الأَسْنانِ مَعَ أَيِّ أَحَدٍ كانَ!



أَنا الآنَ أَزورُ طَبيبَةَ الأَسْنانِ بِانْتِظامٍ.
وهي تَفْحَصُ أَسْناني لِتَرى ما إذا كانَ
فيها تَسَوُّسٌ.

إذا كانَ عِندَ الواحِدِ مِنّا سِنٌّ مُسَوِّسةٌ فَقَدْ يُنَظِّفُها طَبيبُ الأَسْنانِ ويَحْشوها.





تَناوُلُ طَعامٍ صِحّيٍّ
هو أَيْضًا مُهِمٌّ
لِصِحّةِ الأَسْنانِ.



لِلوَجَباتِ الخَفيفةِ
آكُلُ فَواكِهَ،



أو خُضَرًا
أو جُبْنًا.

أَشْرَبُ ماءً، خُصوصًا
بينَ الوَجَباتِ.

وإذا شَرِبْتُ شَرابًا سُكَّرِيًّا
أَسْتَعْمِلُ ماصَّةَ شُرْبٍ (شَفّاطةً).



الآنَ، عِندَما تَسْقُطُ سِنٌّ، لا أَهْتَمُّ.



أَعْلَمُ أنّ سِنًّا أُخْرى ستَنْمو مَكانَها،
وستكونُ قَوِيّةً ودائمةً.



كلمة إلى الآباءِ والأُمَّهاتِ والمعلّمين

في هذه الحِكاية نَلتَقي فتاةً اسمُها مريم تتعلَّمُ أنّ جُزءًا من العَيش بِنظام صِحّيّ سليم هو تعلُّمُ كيف نَعتَني بِأَسنانِنا عنايةً صَحيحة. عدمُ العِناية بالأسنان يُمكِن أن يؤدّيَ إلى تسوُّسها والحاجة إلى حَشْوها. في هذه الحِكاية يُعاني كوكو، كلبُ الفتاة، من تسوُّس الأسنان. فكرةُ تسوُّسِ أسنانِ كلب والحاجة إلى مُعالَجتها وتَنظيفِها يُمكِن أن يَجِدَها الأطفال طَريفةً. وفيها أيضًا وَسيلة مُناسِبة للبَدء بالحَديث عمّا يَعتقِدُه الأولاد من أسباب لتَسوُّس الأسنان. كوكو اعتادَ أن يأكُلَ الكثيرَ من الشوكولاتة. قد يُلاحِظ الأولاد الصِّلة بين الأمرَين ويُمكِن أن يَجيئوا من عندِهم بأسباب أُخرى لتَسوُّس أسنان كوكو.

يَقتَلِعُ طبيبُ الأسنان سِنَّ كوكو ويُعطي إرشادات للطِّفلة. هنا فُرصة مُناسِبة لمُناقَشة أهمّيّة تنظيف أَسنانِنا يوميًّا. الأطفال يَحتاجونَ إلى مُساعَدة في تَنظيف أَسنانِهم إلى سِنّ السابعة من العُمر. يُمكِن أن تذكُرَ أنّ كوكو يَحتاج إلى مُساعَدة في تنظيفِ أَسنانِه.

سُقوط أوّل سِنّ من الأسنان اللَّبنيّة هو جُزء من نُموّ الأطفال. الفتاة في الحِكاية تَرتَبِك وتظُنُّ أنّ السِّنَّ المُهتَزّة سِنٌّ فاسِدة. يهدُفُ الكِتاب إلى أن يُطَمئنَ الأطفال إلى أنّ فقدان الأسنان اللَّبنيّة أمرٌ طبيعيّ وأنّ هذه الأسنان يَحُلُّ محلَّها أسنانٌ دائمة يَنبَغي أن تُرافقَنا طوالَ العُمر. هذه نُقطة جيّدة يُمكِن البَدء منها للحَديث عن زيارة طبيب الأسنان بِانْتِظام.

الكِتاب حافِل بطُرُق للعِناية بالأسنان، وقد يَكونُ للأطفال أفكارٌ أخرى مُساعِدة. أنت والأطفال معًا بإمكانِكم وضْعُ قائمة بوَسائل جديدة للعِناية بالأسنان.

كُتب «أعتَني بنَفْسي» تهدُفُ إلى أن يتعلَّمَ الأطفال، إذ يَتطوَّرونَ، أنّهم أفراد لهم اِستِقلالهم لكنّهم أيضًا جُزء من مُجتمَع، وأن يَتعلَّموا كيف يَبنونَ خِبْراتِهم الخاصّة ويُطوِّرونَ قُدُراتِهم الاِجْتِماعيّة والعاطِفيّة. يُنتظَرُ أن يتعلَّمَ الأطفال من خلال هذه الكُتب:



- القيام بخِيارات بسيطة في مَجال الصِّحّة والنَّظافة الشَّخصيّة.
- كيف تَنتشِر بعض الأمراض وطريقة السَّيطرة عليها.
- عمليّة النُّموّ وحاجة النّاس إلى التَّغيُّر.
- أسماء أعضاء الجِسم الرَّئيسيّة.
- أنّ بعض المُنتَجات المَنزِليّة، بما فيها الأدوية، يُمكِن أن تؤذيَ إذا لم تُستخدَمْ بطَريقة صَحيحة.
- قَواعِد السُّلوك الآمِن وطُرُق المُحافَظة على السَّلامة، بما فيها قَواعِد السَّلامة في الطُّرُق، وكيف يُمكِن أن تُساعدَ النّاسَ في الحِفاظ على السَّلامة.



كُتُب للقِراءة

- تنمية شخصيّة الطِّفل: الفَم المفتوح
- أُنظُرْ وتعلَّم: حياتي اليوميّة
- موسوعة جِسم الإنسان المبسَّطة: الهيكَل العَظميّ

مَسْرَد (كشّاف)

أعْتَــنِي بِــنَفْسِــي

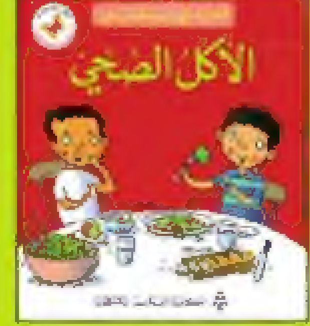


الأَسْـنَان

كتاب «الأسَنان» يدورُ حول
فتاة اسمُها مريَم وكلْبها كوكو.
كوكو عنده سِنٌّ مُسوَّسةٌ وكان
على مريَم أن تأْخُذَه إلى طبيب الأسنان ليَخلَعَ
تلك السِّنّ. في الحكاية تَتعلَّمُ مريَم كيف تُحافِظُ
على نظافةِ أسنانها وتَتناوَلُ الأَطْعِمةَ التي تُساعِد
على سلامة تلك الأسنان.

في آخر الكتاب مُلاحَظات إلى الآباءِ والأُمَّهاتِ والمعلِّمين
لمُساعدتهم في تَعويد أطفالهم على
العِناية بأسنانِهم.

في هذه المَجموعة



978-9953-86-819-6



978-9953-86-823-3



978-9953-86-822-6



978-9953-86-824-0

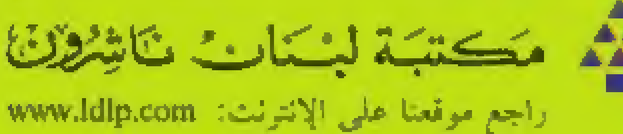


978-9953-86-820-2

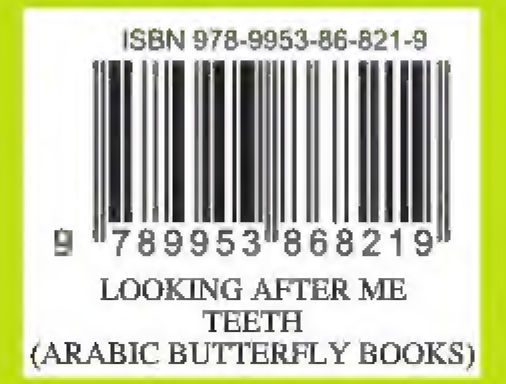


978-9953-86-821-9





راجع موقعنا على الإنترنت: www.ldlp.com


ISBN 978-9953-86-821-9
9 789953 868219
LOOKING AFTER ME
TEETH
(ARABIC BUTTERFLY BOOKS)